

Dr Bertrand Jouet. Juin 2004, L'aspect nutritionnel de la prévention en cancérologie.
Une observation.

Mme W. Lydie, non fumeuse, a 36 ans, 3 enfants dont le dernier de 8 mois a présenté des convulsions en post natal immédiat avec un EEG perturbé et un hyper signal des régions sylviennes et pariétales gauches à l'IRM. Cet enfant ne présente actuellement aucun déficit neurologique, IRM et EEG sont redevenus normaux et actuellement le diagnostic (d'élimination) retenu est : A.V.C.

Lydie a subi en janvier 2003 l'exérèse d'un mélanome malin de la cuisse droite (indice de Breslow à 0,41 mm, niveau II selon Clark). Le bilan d'extension est négatif et l'exérèse élargie à 1 cm s'est montrée exempte de toute cellule suspecte de malignité. Le pronostic est donc excellent.

Bien que cette pathologie ne soit pas exceptionnelle à cet âge chez une jeune femme amatrice des sports nautiques d'été et donc exposée à leur corollaire, le soleil, il nous a paru intéressant de compléter le bilan classique par un bilan nutritionnel et anti-radicalaire, ainsi que par un statut en acide gras. (Avant l'exérèse élargie)

Ce bilan a montré :

Une carence en vitamine A (43 micro-g./ dL pour une norme de 57 à 111), une carence en sélénium (50 micro-g. /L pour une norme de 72 à 132), et un taux très élevé d'AC Anti HDL oxydés, véritable facteur de risque lié au cholestérol, (1200 mU/ml pour une norme de 200 à 600) avec une Vit. E normale, un LDL global « normal » (95), un HDL à 67 et un cholestérol à 1.7 (bien évidemment !) faussement rassurant.

Au niveau des acides gras, on retient des acides gras trans très élevés et un déficit en oméga-3.

Devant ces perturbations, un interrogatoire au sujet de l'alimentation, et en particulier au sujet des matières grasses consommées, nous a permis de mettre en évidence la consommation quasiment au trois repas, depuis plus d'un an d'une margarine enrichie en phytostérols vendue avec l'allégation santé de faire baisser le cholestérol.

Cette patiente, normo-lipidémique auparavant, pensait effectivement que si cette margarine faisait baisser le cholestérol, alors elle était bonne pour sa santé, et celle de ses enfants auxquels elle en donnait aussi.... C'est sa fille de 10 ans, qui, après avoir vu la publicité à la T.V. l'a incitée à acheter ce produit ; La PUB fonctionne au-delà de toute espérance...

L' "American Heart Association" donne les recommandations suivantes : « Until long-term studies are performed to ensure the absence of adverse effects in all individuals ingesting plant sterol esters, food containing plant sterols should be reserved for adults requiring lowering of total and LDL cholesterol levels because of hypercholesterolemia or the need for secondary prevention after an atherosclerotic event... ».

Cette recommandation est reportée sur les emballages aux États unis. Peut-être faudrait-il aussi en informer la population française ?

Ce qui motive cette observation, c'est que les phytostérols de ces margarines type PRO-ACTIVE inhibent l'absorption intestinale des caroténoïdes, pro-Vit. A, vitamine justement déficiente chez cette patiente. La vitamine A régule entre autre la morphogenèse lors du développement embryonnaire, et il n'est pas nécessaire de rappeler le rôle des caroténoïdes sur la protection de la peau contre les U.V., de par leurs effets chromophores mais aussi anti-oxydants. Ces mêmes caroténoïdes sont également protecteurs pour le cancer du col de l'utérus, du poumon, du sein, de l'œsophage et de l'estomac.

Le bébé a eu « quelques » problèmes à la naissance et la mère un mélanome quelques mois plus tard. Enfin, cette margarine a une composition en proportion d'acide gras qui est très en faveur des oméga-6 (n-6), au détriment des oméga-3 (n-3), avec un rapport n-6/n-3 supérieur à 30.

Or, la conclusion la plus fréquente des études épidémiologiques est que la consommation abondante d'AGPI n-3 (oméga 3) à longue chaîne diminue la fréquence de différents types de cancers. (Sein, colon, prostate etc.) Une étude européenne importante indique une forte corrélation inverse entre le rapport n-6/n-3 totaux et la fréquence de cancers du sein.

Des études ont également montré que, à taux équivalent de lipides dans le régime, l'acide linoléique (oméga-6) favorise la croissance tumorale, accroît la carcinogenèse, et la formation de métastases. A l'inverse, les huiles riches en oméga 3 -acide alpha linoléique, EPA et DHA peuvent freiner le développement tumoral.

D'autre part, il existe des phénomènes compétitifs entre les séries d'acides gras : un excès d'oméga-6 entre en compétition avec les oméga-3, un excès de l'une aggrave la carence de l'autre. La composition de cette margarine va donc dans le sens contraire de toutes les recommandations de ces études. Une relation de cause à effet dans les cas de Lydie ne peut pas ne pas venir à l'esprit, d'autant que son bilan biologique montrait une carence en n-3.

En dehors de ce cas, il est aussi dérangeant d'une part, de voir un blocage de l'absorption intestinale des caroténoïdes avec un produit censé apporter une « protection » cardio-vasculaire alors qu'il a été prouvé qu'il existe une relation inverse entre le taux de lycopène¹ plasmatique et l'épaisseur de l'intima média carotidienne, qu'il existe une corrélation inverse entre la mortalité coronarienne et la concentration plasmatique en vitamine E, vitamine A et vitamine C ajustées aux lipides circulants (étude MONICA) et d'autre part d'avoir un produit dont le rapport Ac. Gras oméga 6/oméga 3 est supérieur à 30 alors qu'il est actuellement recommandé que ce rapport soit autour de 5.

Sur le bilan de Lydie, trouver des anticorps anti LDL oxydées très élevés alors que le risque lié au cholestérol se situe à ce niveau ne va pas non plus dans le sens d'une protection d'un risque lié au cholestérol, malgré un C.T. et un LDL total normaux, bien au contraire. Mais à ce sujet, je n'ai qu'une seule observation, aussi, il serait intéressant de se pencher d'avantage sur le problème : Questionner les sujets présentant une néoplasie cutanée sur leur consommation éventuelle de margarine enrichie en phytostérols, leur doser les vitamines liposolubles, les LDL oxydés et autres marqueurs du stress oxydatif, et de leur faire un statut en acides gras. Éventuellement, suivre biologiquement au niveau de ces paramètres une cohorte de consommateurs de ces margarines.

Lydie devra bien évidemment éviter le soleil pour le restant de sa vie, mais il faudra s'assurer qu'elle possède un statut antioxydant correct, en particulier pour le sélénium, la vitamine A et les caroténoïdes, la vitamine E mais aussi pour le zinc et les autres acteurs de la défense oxydative, mais sans excès.

Elle n'aime pas beaucoup les poissons gras et on lui propose une supplémentation quotidienne avec des huiles de poissons en gélules. Par contre, elle aime le thé et c'est au moins 3 à 4 tasses qu'elle devra boire tous les jours en dehors des repas. Quelques sachets de probiotiques par semaine permettront de maintenir une bonne flore intestinale et par voie de conséquence, un système immunitaire optimal, d'autant que l'on a découvert récemment qu'il y avait une dysfonction de certains lymphocytes T au sein de la lésion mélanique.

Le tout bien sûr sur un fond de régime crétois....

¹ Puissant anti-oxydant contenu surtout dans la tomate. Propriétés mises en évidence en 1950.